

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN TINGKAT STRES PADA
MAHASISWA DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI DI FAKULTAS
KEDOKTERAN PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
UNSRAT MANADO**

Linda Juita Paususeke
Hendro Bidjuni
Jill J S Lolong

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran
Universitas Sam Ratulangi Manado
Email: Lindapaususeke@gmail.com

Abstract : *Stress is a circumstances where someone feels the burden is not commensurate with the ability to cope that's burden. Stress levels are divided into three categories , namely mild stress , moderate stress , heavy stress. Be up against stress, students need family support in lowering the stress level experienced. The aim of this research to know the family support and stress level, also to analyze the correlation of family support with the level of stress on the students in the preparation of the thesis. The samples in this research was taken with total sampling technique with 83 respondents as sample. The research design is using cross sectional design and the data are collected from respondents by kuesioner. The result of this research using analysis statistic Chi-Square test have gained value $p = 0,000$. Which is means that the value of $p < \alpha (0,05)$. The conclusion of this research, there is a correlation of family support with the level of stress on the students in preparation of the thesis. Recommendation to develop research on family support with the stress level on students, especially in the preparation of the thesis.*

Keyword : *stress level, family support*

Abstrak : Stres adalah suatu keadaan dimana beban yang dirasakan seseorang tidak sepadan dengan kemampuan untuk mengatasi beban itu. Stres dibagi dalam tiga kategori tingkatan yaitu stres ringan, stres sedang, stres berat. Dalam menghadapi stres mahasiswa membutuhkan dukungan keluarga dalam menurunkan tingkat stres yang dialami. Tujuan penelitian mengetahui dukungan keluarga dan tingkat stres serta menganalisa hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi. Sampel berjumlah 83 responden yang didapat menggunakan teknik *total sampling*. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional* dan data yang dikumpulkan dari responden menggunakan lembar kuesioner. Hasil penelitian uji statistik menggunakan uji *pearson chi square* pada tingkat kemaknaan 95% ($\alpha \leq 0,05$), maka didapatkan nilai $p = 0,000$. Ini berarti, bahwa nilai $p < (0,05)$. Dengan demikian bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi. Rekomendasi mengembangkan penelitian mengenai dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa khususnya dalam penyusunan skripsi.

Kata Kunci : Tingkat Stres, Dukungan Keluarga

PENDAHULUAN

Stres adalah tuntutan terhadap sistem yang menghasilkan ketegangan, kecemasan dan kebutuhan energi, usaha psikologi ekstra (Sundberg dkk, 2007). Stres terjadi karena seseorang memandang

besar akibat dari kejadian yang menegangkan dan tidak memiliki kemampuan untuk mengatasinya (Hasan, 2008).

Mahasiswa adalah sebutan yang diberikan kepada individu yang sedang

menuntut ilmu diperguruan tinggi (Nur Lilatul M, 2008). Mahasiswa juga wajib mengambil skripsi sebagai syarat untuk lulus dan memperoleh gelar sarjana. Banyak mahasiswa yang sedang menyusun skripsi merasa dibebani akhirnya perasaan tersebut mengakibatkan ketegangan, kekhawatiran, stres dan akhirnya membuat mahasiswa kehilangan motivasi dan menunda penyusunan skripsi.

Data yang diperoleh Biro Administrasi Akademik Universitas Sahid Surakarta (2011), sekitar 11% mahasiswa angkatan tahun 2005 dan sekitar 32% mahasiswa angkatan tahun 2006 dinyatakan belum lulus, dikarenakan sebagian mahasiswa mengambil cuti akademik selama lebih dari satu semester untuk bekerja sampingan karena mengalami kendala dalam biaya kuliah, mengurus rumah tangga bagi mahasiswa yang sudah menikah, dan sebagainya (Andarini S R dan Fatma A, 2013).

Sebuah kasus yang terjadi seorang mahasiswa berinisial ED berusia 23 tahun, mahasiswi dari salah satu akademik kebidanan di Medan mencoba mengakhiri hidupnya dengan terjun dari gedung asramanya di jalan Pabrik Tenun, Medan Sumatera Utara pada tanggal 12 Februari tahun 2008 yang lalu. Kasus lain yaitu mahasiswa berinisial EP Fakultas X disebuah PTS di Yogyakarta melakukan bunuh diri karena mengalami stres dalam menyusun tugas akhir atau skripsi (Detik News, 2008).

Hasilwawancara awal pada 9 orang mahasiswa mengatakan adanya ketakutan bertemu dengan dosen pembimbing, karena secara internal mahasiswa takut akan lemahnya materi keilmuan yang dimilikinya, kesulitan dalam mencari literatur di perpustakaan, kurang motivasi dari diri sendiri untuk segera

menyelesaikan skripsi, sebagian orangtua yang tidak pernah menanyakan apa yang dirasakan mahasiswa saat bimbingan skripsi, tetapi selalu menuntut untuk segera menyelesaikannya.

Karena alasan tersebut maka penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan UNSRAT Manado".

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian yang digunakan metode penelitian survei analitik dengan pendekatan *Retrospective Study*. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan UNSRAT Manado. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Februari tahun 2015. Populasi dari penelitian ini yaitu 83 mahasiswa semester VIII tahun ajaran 2015-2016 dalam proses penyusunan skripsi di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan UNSRAT Manado.

Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 83 responden. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner dukungan keluarga dan tingkat stres.

Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner dukungan keluarga dan tingkat stres. Dimana analisa univariat digunakan untuk melihat deskripsi dan distribusi masing-masing variabel, yaitu variabel independen (dukungan keluarga) dan dependen (tingkat stres). Sedangkan Analisa bivariat untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Dalam hal ini mencari tahu hubungan antara dukungan keluarga

dengan tingkat stres dengan menggunakan uji *pearson chi square* dengan menggunakan program SPSS dengan nilai kebermaknaan $\alpha=0,05$ (Sujarweni,2014).

HASIL dan PEMBAHASAN

Karakteristik responden

Umur

Tabel 1.Distribusi Frekuensi Umur Responden

Umur	n	%
19 tahun	1	1,2
20 tahun	23	27,7
21 tahun	56	67,5
22 tahun	2	2,4
23 tahun	1	1,2
Total	83	100,0

Sumber: Data Primer 2015

Berdasarkan hasil olah data menunjukkan karakteristik kelompok umur 21 tahun yang paling banyak dengan 65,7%.

Jenis kelamin

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden

Jenis Kelamin	n	%
Perempuan	70	84,3
Laki-laki	13	15,7
Total	83	100,0

Sumber: Data Primer 2015

Berdasarkan hasil olah data menunjukkan perempuan lebih banyak daripada laki-laki dengan persentase (84,3%).

Analisa Univariat

Dukungan Keluarga Emosional

Tabel 3.Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga Emosional

DukunganKeluarga Emosional	n	%
Baik	26	31,1
Kurang	57	68,7
Total	83	100,0

Sumber: Data Primer 2015

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga emosional kurang(68,7%).

Dukungan Keluarga Material

Tabel 4. Distribusi Frekuensi

DukunganKeluarga Material

DukunganKeluarga Material	N	%
Baik	30	36,1
Kurang	53	63,9
Total	83	100,0

Sumber: Data Primer 2015

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga material kurang (63,9%).

DukunganKeluargaInformasi

Tabel 5. Distribusi Frekuensi

DukunganKeluargaInformasi

DukunganKeluarga Informasi	n	%
Baik	33	38,8
Kurang	55	60,2
Total	83	100,0

Sumber: Data Primer 2015

Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki dukungankeluargainformasikurang (60,2%).

Tingkat Stres

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres

Tingkat Stres	n	%
Ringan	27	32,5
Sedang	47	56,6
Berat	9	10,8
Total	83	100,0

Sumber: Data Primer 2015

Berdasarkan Tabel 6 diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat stress sedang (56,6%).

Analisa Bivariat

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi di Fakultas kedokteran UNSRAT Manado

Tabel 7. Hubungan Dukungan Keluarga Emosional dengan Tingkat Stres

Dukungan Keluarga Emosional	Tingkat Stres						Total		P <i>Value</i>
	Stres		Stres		Stres		N		
	Ringan		Sedang		Berat				
	n	%	n	%	n	%			
Baik	3	11,5	18	69,2	5	19,2	26	100,0	0,005
Kurang	23	40,4	32	56,1	2	3,5	62	100,0	
Jumlah	26	31,3	50	60,2	7	8,4	83	100,0	

Sumber: Data Primer 2015

Berdasarkan hasil uji statistik yang ditunjukkan pada Tabel 7 didapati *p value* $(0,005) < \alpha (0,05)$ artinya ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stress pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi di program studi ilmu keperawatan UNSRAT.

Hubungan Dukungan Keluarga Material dengan Tingkat Stres

Tabel 8. Hubungan Dukungan Keluarga Material dengan Tingkat Stres

Dukungan Keluarga Material	Tingkat Stres						Total		P Value
	Stres Ringan		Stres Sedang		Stres Berat		N	%	
	n	%	N	%	n	%			
Baik	3	10,0	24	80,0	3	10,0	30	100,0	0,007
Kurang	23	43,4	26	49,1	4	7,5	53	100,0	
Jumlah	26	31,3	50	60,2	7	8,4	83	100,0	

Sumber: Data Primer 2015

Berdasarkan hasil uji statistik yang ditunjukkan pada Tabel 8 didapati *p value* $(0,007) < \alpha (0,05)$ artinya ada hubungan antara dukungan keluarga material dengan tingkat stres.

Hubungan Dukungan Keluarga Informasi dengan Tingkat Stres

Tabel 9. Hubungan Dukungan Keluarga Informasi dengan Tingkat Stres

Dukungan Keluarga Informasi	Tingkat Stres						Total		P Valu e
	Stres		Stres		Stres		n	%	
	Ringan		Sedang		Berat				
	N	%	N	%	n	%			
Baik	5	15,2	2	69,	5	15,	3	100,0	0,016
Kurang	2	42,	3	7		2	3		
	1	0	2	54,	2	4,0	5	100,0	
Jumlah	2	31,	5	60,	7	8,4	8	100,0	
	6	3	0	2			3		

Sumber: Data Primer 2015

Berdasarkan hasil uji statistik yang ditunjukkan pada Tabel 9 didapati *p value* $(0,016) < \alpha (0,05)$ artinya ada hubungan antara dukungan keluarga informasi dengan tingkat stres.

Dukungan Keluarga :

Dukungan keluarga didefinisikan dari dukungan sosial. Definisi dukungan sosial sampai saat ini masih diperdebatkan, bahkan menimbulkan kontradiksi. Dukungan sosial merupakan sumber daya sosial yang dapat membantu individu dalam menghadapi suatu kejadian menekan (Manuaba, 2009).

Dukungan keluarga mengacu pada seseorang yang dianggap mampu memberikan bantuan ketika anggota keluarga yang lain membutuhkannya (Estu, 2010)

Ada tiga jenis atau bentuk dukungan keluarga. Dukungan Emosional mencakup ungkapan empati, kepedulian, dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan misalnya umpan balik dan penegasan (Rahmat, 2007). Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Program Studi Ilmu Keperawatan dukungan emosional yang diberikan oleh keluarga, yaitu mendampingi, memberikan perhatian pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi.

Dukungan Informasi mencakup memberi informasi, pengetahuan, nasehat/saran dan petunjuk (Rahmat, 2007). Pada penelitian didapatkan, bahwa

dukungan informasi yang diberikan keluarga dengan membantu mahasiswa dalam memberikan informasi yang berguna dalam penyusunan skripsi dan juga mengingatkan dalam revisi skripsi.

Dukungan Material mencakup bantuan langsung baik barang maupun jasa yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah (Rahmat, 2007). Dalam penelitian menyatakan, bahwa dukungan material yang didapat, yaitu berupa bantuan dana dalam proses penyusunan skripsi.

Berdasarkan Penelitian yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan UNSRAT terdapat dukungan baik terbanyak yaitu dukungan keluarga informasi sebanyak 33 responden (39,8%) dan dukungan keluarga kurang terbanyak yaitu dukungan keluarga emosional sebanyak 57 responden (58,7%).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chandra A. P (2013) yang menyatakan terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres.

Tingkat Stres :

Stres merupakan respon individu yang bersifat tidak spesifik karena adanya setiap tuntutan kebutuhan sehari yang ada dalam dirinya. Stres adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan yang dipengaruhi oleh lingkungan tersebut (Sunaryo, 2007).

Pada penelitian didapatkan responden yang memiliki stres ringan paling banyak pada dukungan keluarga emosional dan material sebanyak 23 responden (43,4%), stres sedang pada dukungan keluarga emosional sebanyak 32 responden (56,1%) dan stres berat pada

dukungan keluarga material sebanyak 4 responden (7,5 %).

Berdasarkan hasil penelitian dukungan keluarga emosional kurang mengalami stres sedang sebanyak 32 orang (56,1%), sedangkan dukungan keluarga emosional baik mengalami stres sedang sebanyak 18 orang (57,1%). Peneliti berpendapat, bahwa dukungan keluarga yang baik pada mahasiswa dapat menurunkan tingkat stres mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi, sedangkan dukungan keluarga kurang juga dapat mempengaruhi tingkat stres pada mahasiswa.

Pada penelitian ini peneliti juga mendapatkan hasil yang menunjukkan mahasiswa dengan dukungan keluarga emosional dan informasi baik tetapi mengalami stres berat sebanyak 5 responden (15,2%) dan dukungan keluarga emosional dan informasi kurang tetapi mahasiswa mengalami stres berat sebanyak 2 responden (3,5%).

Ini menunjukkan, bahwa tingkat stres pada mahasiswa bukan hanya disebabkan karena dukungan keluarga tetapi juga mempunyai faktor-faktor penyebab lainnya. Seperti pada penelitian Halley (2008) yang menunjukkan beberapa faktor penyebab tingkat stres seperti faktor fisik, individual, kelompok dan organisasi.

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres :

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan, bahwa dari 83 responden (100%) didapatkan mahasiswa yang menerima dukungan keluarga emosional baik, yaitu berjumlah 26 responden (31,1%), sedangkan mahasiswa yang kurang menerima dukungan emosional dari keluarga berjumlah 57 responden (68,7 %).

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan, bahwa dari 83 responden (100%) didapatkan mahasiswa yang menerima dukungan keluarga material baik, yaitu berjumlah 30 responden (36,1%), sedangkan yang kurang menerima dukungan material dari keluarga berjumlah 53 responden (63,9 %).

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan, bahwa dari 83 responden (100%) didapatkan mahasiswa yang menerima dukungan keluarga informasi baik, yaitu berjumlah 33 responden (38,8%), sedangkan mahasiswa yang kurang menerima dukungan emosional dari keluarga berjumlah 50 responden (60,2%).

Hasil uji statistik pearson *Chi Square* didapatkan nilai *P Value* dari dukungan keluarga emosional dengan tingkat stres $\geq 0,005$, dan dukungan keluarga material dengan tingkat stres $\geq 0,007$, dan dukungan keluarga informasi dengan tingkat stres $\geq 0,016$. Ha diterima dan menunjukkan terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan UNSRAT Manado.

SIMPULAN

Dukungan keluarga pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan UNSRAT sebagian besar mendapatkan dukungan keluarga kurang. Tingkat stres yang dialami mahasiswa dalam penyusunan skripsi di Fakultas kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan UNSRAT sebagian besar mengalami stres dalam kategori sedang dan terdapat hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi di Fakultas Kedokteran Program

DAFTAR PUSTAKA

- Agoes, A dkk. (2003). *Teori dan Manajemen Stress (Kontemporer dan Islam)*. Malang: Taroda
- Angola J E & ongori H, (2009). *Jurnal akademik An assasment of academic stres among. Andergraduate student..*
- Ahmadi, A (2007). *Psikologi sosial*. Jakarta: Rineka Cipta
- Andarini, S.R & Fatma, A. (2013). *Jurnal Hubungan antara distress dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi*.
- Chandra, A P (2013), *Skripsi : Hubungan Dukungan Keluarga dengan tingkat stres pada lansia andropause di gebang wilayah kerja puskesmas patran kabupaten jember*
- Davison (2006). *Psikologi abnormal edisi ke-9*. Jakarta : PT Rajagrafindo persada
- Detik news. (2008). *Mahasiswa mencoba bunuh diri*. (<http://news.detik.com/read/2008/02/12/213236/892912/10/gagal-wisuda-kebidann-nyaris-bunuh-diri>) diakses tanggal 25 oktober 2014 jam 18.00 wita.
- Elly, dkk. (2008). *Dukungan keluarga*. (<http://creasoft.wordpress.com>) diakses tanggal 27 oktober 2014 jam 15.00 wita).
- Estu (2010). *Keperawatan keluarga : teori dan praktik*. Edisi kelima. Jakarta : ECG
- Hawari. (2001). *Manajemen Stres cemas dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI
- Hidayat. (2007). *Metode penelitian keperawatan dan teknik*

- analisa data*. Jakarta : salemba medika.
- Halley, C.R (2008). Skripsi : *Identifikasi faktor-faktor stres terhadap stres mahasiswa yang sedang menempuh skripsi di universitas katolik soegijarpranata*.
- Hasan (2008). *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*. Jakarta: PT.Rajagrafindo Persada
- Indriyani, dkk. (2014). *Buku ajar keperawatan maternitas*. Yogyakarta : AR-Ruzz Media
- Lestari,S (2012). *Psikologi keluarga*. Kencana : Prenada Media Group
- Lumonga, N. (2009). *Depresi ditinjau dari psikologis*. Jakarta : Kencana.
- Markam, S. (2003). *Pengantar psikologis klinik*. Jakarta : UI press.
- Manuaba. (2009). *Memahami kesehatan reproduksi wanita*. Jakarta : ECG.
- Notoadmojo, S (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka cipta.
- Potter & Perry (2005). *Buku Ajar Keperawatan : Konsep, Proses & Praktik*. Jakarta: EGC
- Rahmat (2007). *Dukungan dalam keluarga*. (<http://www.dukungan-islami.com> diakses tanggal 29 oktober 2014 pada pukul 19.00 wita).
- Rasmun (2004). *Stres, Koping dan Adaptasi*. Jakarta: Sagung Seto
- Resti P. W (2012), Skripsi : *Hubungan tingkat stres dengan gangguan tidur pada mahasiswa skripsi di salah satu fakultas rumpun science- technology Ui*.
- Santrock. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. ed.6. Jakarta: Erlangga
- Setiadi. (2007). *Konsep dan penulisan riset keperawatan*. Yogyakarta : Graha ilmu.
- Siswanto. (2002). *Menulis pengalaman emosional untuk mengurangi symptom depresi pada mahasiswa, tesis*. Yogyakarta.
- Sriati (2008). *Tinjauan tentang stres*. (<http://www.recaucesunpad.ac.id>, diakses tanggal 04 Desember 2014 jam 22.00)
- Sujarweni. (2014). *Metodologi penelitian keperawatan*. Yogyakarta : Gava media.
- Sundberg, dkk. (2007). *Psikologis klinik*. Yogyakarta : Pustaka pelajar
- Sunaryo (2007). *Psikologi keperawatan*. Jakarta : ECG
- Susi, P (2012), Skripsi : *Tingkat stres akademik pada mahasiswa regular angkatan 2010 fakultas ilmu keperawatan universitas Indonesia*.
- Widjono (2006). *Pengaruh kepribadian tipe A dan peran terhadap stress kerja manajer madya*. Insan media.
- Yosep, I. (2011). *Keperawatan Jiwa edisi revisi*. Bandung : Refika aditama.